# ANALISIS PENGARUH KOLABORASI EMOSIOANAL SISWA TERHADAP PENDEKATAN PEMBELAJARAN GUNA MENINGKATKAN PENDIDIKAN KESEHATAN MENTAL

**Anjar Dwi Setyorini[1], Dina Emiliana[2] dan Indri Wulandari[3]**

[1]*Pendidikan IPA, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jember Jember, 68121, Indonesia*
*anjartanggul789@gmail.com*
[2]Pendidikan IPA, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jember Jember, 68121, Indonesia
*dinaaaaeml@gmail.com*
[3]*Pendidikan IPA, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jember Jember, 68121, Indonesia*
*indriwulandari041@gmail.com*

Diterbitkan tanggal: 29 Februari 2024

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh kolaborasi keadaan emosional siswa terhadap proses pendekatan pembelajaran yang nantinya akan di implementasikan dalam berbagai model pembelajaran yang dilakukan oleh tenaga pendidik guna meningkatkan efesiensi pendidikan kesehatan mental dan kenyamanan peserta didik dalam proses pembelajaran. Metode penelitian yang di gunakan adalah studi literatur dengan landasan teoritis dalam analisis permasalahan ini. Hasil yang menunjukkan bahwa kolabarasi yang di tinjau dari aspek pskiologis dalam proses pembelajaran memegang peran utama. Kesehatan mental diperlukan setiap makhluk hidup dalam menghadapi stress lingkungan. Di dunia pendidikan kesehatan mental dapat memengaruhi seseorang dalam minat belajar,interaksi sosial,dan perkembangan diri seseorang. Tujuan pembelajaran memerlukan adanya keterkaitan jiwa antara peserta didik dengan tenaga pendidik dalam proses pendekatan pembelajaran yang nantinya menjadi pilar bagi peserta didik dalam mengatasi permasalahan belajar.

**Kata Kunci: emosional siswa, pendekatan pembelajara,pendidikan kesehatan mental.**

***Abstract***

*This study aims to identify the effect of collaboration of students' emotional state on the learning approach process which will later be implemented in various learning models carried out by educators in order to improve the efficiency of mental health education and the comfort of students in the learning process. The research method used is a literature study with a theoretical basis in analyzing this problem. The results show that collaboration in terms of psychological aspects in the learning process plays a major role. Mental health is needed by every living being in dealing with environmental stress. In the world of education, mental health can affect a person's interest in learning, social interaction, and personal development. Learning objectives require a mental connection between students and educators in the learning approach process which will become a pillar for students in overcoming learning problems.*

**Keywords: student emotionality, learning approaches, mental health education.**

## Pendahuluan

Kesehatan mental di butuhkan oleh setiap orang untuk menjalani kehidupannya. Mulai dari orang tua yang menjalani kehidupannya untuk mencukupi kebutuhan hidup keluarga,fase dewasa yang harus mulai memikirkan bagaimana kehidupan dimasa depan mulai bagaimana ia menentukan arah kehidupan,membahagiakan keluarga dan mulai bagimana ia mampu berdiri sendiri secara finansial di era gempuran pencapaian teman-teman sekiatarnya yang berbeda mulai dari yang mampu berkembang cepat dan ada pula yang berkembang lambat,bahkan mulai dari remaja yang harus belajar di tempat sekolahnya untuk menghadapi lingkungan bersama teman-teman dan proses

menempuh pendidikannya di sekolah. Maka dari itu untuk menghadapi berbagai kondisi di lingkungan dibutuhkan kesehatan mental. Fakta yang terjadi di lapangan belum tentu semua orang memiliki kesehatan mental semenjak dini. Bisa jadi ia baru memiliki dan mengerti kesehatan mental menginjak remaja maupun dewasa. Hal itu terjadi karena faktor lingkungan di sekitarnya dan tingkat kepekaan didalam dirinya mengenai apa sebenarnya dan bagaimana respon seharusnya mengalami permasalahan lingkungan. Tetapi tidak memungkiri bahwa fase remaja juga sudah memiliki kesehatan mental. Kesehatan mental itu tumbuh dan berkembang dalam jiwa seseorang sehingga erat kaitannya dengan tuhan-Nya karena tempat berpulang sesunggahnya seorang insan adalah kepada tuhan. Bayangkan apa arti dari hidup jika kita tidak mematuhi aturan tuhan padahal dengan mengingatnya semua menjadi tenang yang pada dasarnya konsep kesehatan mental adalah mengingat bagiamana tuhan mengatur untuk menangani permasalahan kehidupan. Maka dari itu perlu adanya penanaman kesehatan mental sejak dini. Hal itu bisa dilihat dari sesorang yang memiliki konsep iman yang kuat dengan seseorang yang memiliki konsep iman yang lemah. Seseorang yang memiliki konsep iman yang kuat cenderung lebih tenang dalam merespon lingkungan tetapi juga diimbangi dengan tindakan yang seharusnya dilakukan. Berbeda dengan orang yang memiliki konsep iman yang lemah, ia akan cenderung mudah depresi yang menganggap dirinya tidak pantas,yang menganggap tuhan tidak adil, bahkan cenderung membanding-bandingkan kehidupannya dengan orang lain. Kesehatan mental itu dapat di katakan ketika seseorang mampu mengelola emosi dalam dirinya. Bagaimana ia mengelola marahnya,bagaiamana ia mengelola sesuatu yang tidak cocok dengannya,bagaimana ia mengelola perasaanya terhadap orang lain,serta bagaiamana ia mengelola sesuatu hal yang kurang dalam dirinya. Ketika sesorang tidak memilki kesehatan mental dapat menggangu tumbuh kembang dalam dirinya. Bisa jadi ia sangat kesulitan dalam mengelola permasalahan di lingkungannya, seperti mudah berputus asa. Bahkan bisa sampai mengakhiri hidupnya karena lemahnya kesehatan mental dalam dirinya. Di Indonesia sendiri kasus bunuh diri remaja tidak sedikit. Itu merupakan salah satu contoh lemahnya konsep kesehatan mental dalam dirinya. Dalam dunia pendidikan kesehatan mental sering kali di kenal sebagai pendidikan kesehatan mental. Pendidikan kesehatan mental salah satunya yang membahas mengenai bagaimana seorang siswa yang memiliki latar belakang permasalahan lingkungannya masing-masing yang harus tetap menjalani proses pendidikannya. Sedangkan emosional siswa yang sehat berpengaruh dalam tumbuh kembang dirinya. Bisa jadi ketika seorang siswa yang memiliki kesehatan mental rendah bisa sampai tidak semangat menjalani aktivatas belajar,tidak semangat berjuang untuk masa depan,bahkan bisa sampai putus sekolah. Sedangkan di era 5.0 pendidikan itu di butuhkan. Salah satu penyebab siswa depresi adalah kurangnya kemampuan dalam memahami ataupun menangkap suatu ilmu sedangkan di sekitarnya ada yang mampu memiliki kemampuan cepat dalam menangkan ilmu. Sedangkan pada dasarnya setiap anak memiliki tingkat kemampuan yang berbeda, yang sebenarnya bisa tingkat kemampuan yang berbeda ini di sebabkan oleh belum di temukannya gaya belajar dan motivasi yang cocok dengan dirinya atau bisa di sebabkan oleh latar belakang pengalaman hidup seseorang.berdasarkan kasus tersebut disini peran tenaga pendidik di sekolah dibutuhkan. Hakikatnya tenaga pendidik yang baik bukan sekedar mengajar dan menuntaskan jadwal materi pembelajaran. Perannya di butuhkan dalam perkembangan jiwa seoarang peserta didik yang ia hadapi. Didalam dirinya sudah seharusnya timbul kepekaan bahwa kemampuan berfikir seorang anak berbeda karena perbedaan latar belakang pengalaman setiap anak yang berbeda. Sehingga ketika mengajar ia tidak hanya menuntut tetapi membimbing. Tenaga pendidik yang baik adalah tenaga pendidik yang mengayomi yang mengerti bagaiamana keadaan sekitar sehingga nantinya ia mampu menentukan arah bagaiamana membimbing peserta didiknya melalui pendekatan pembelajaran yang tepat dengan latar belakang berbeda. Setidaknya ketika peserta didik sudah merasa nyaman dengan tenaga pendidiknya ia akan cenderung mudah dalam menerima materi. Hal itu terjadi karena kenyamanan dalam belajar memiliki dampak dalam tingkat pemahaman seseorang. Sehingga tenaga pendidik itu cara mengajarnya tidak perlu yang menjadi acuan adalah tenaga pendidiknya yang terdahulu, karena tidak semua tenaga pendidik mengerti konsep mengayomi. Boleh saja menggunakan teknik yang

dilakukan oleh tenaga pendidik terdahulunya, tetapi juga melihat bagaiamana batas yang bisa di toleransi dan sekiranya peserta didik itu nyaman belajar dan cenderung mudah menangkap materi yang akan di sampaikan. Sebenarnya seoarang tenaga pendidik sudah tau mana arah yang seharusnya ia lakukan agar peserta didiknya itu faham akan materi. Tetapi kembali lagi kita melihat bahwa latar belakang seorang anak berbeda sehingga di butuhkan sifat mengayomi dalam dirinya. Jika melihat dari sisi tiap tingkat pendidikan yang tuntutan kemampuan hasil belajar yang berbeda tetap di butuhkan sifat mengayomi didalamnya karena kembali lagi setiap anak memiliki latar belakang yang berbeda sehingga terjadinya perbedaan tingkat kemampuan berfikir dan menalar yang berbeda-beda. Tidak sepatutnya seorang tenaga pendidik yang sekedar menuntun tetapi tidak memberikan bagaimana seharusnya arah yang seharusnya dilakukan peserta didiknya. Ketika seoarang tenaga pendidik bagaiaman awal arahnya lambat laun peserta didik itu akan mengerti sendiri bagaiamana mekanisme selanjutnya. Hal ini terjadi karena pada hakikatnya tugas tenaga pendidik adalah seoarang pembimbing bukan penuntut.

## Metode Penelitian

Teknik yang digunakan dalam penyusunan tulisan ini adalah teknik studi pustaka. Melalui pencarian data bersumber buku maupu jurnal terpercaya. Selain itu juga menggunakan sumber melalui situs online seperti google scholar dan sinta.

## Pembahasan

Pendidikan kesehatan mental jika di tinjau dari aspek psikologis merupakan kekuatan kodrat pada anak-anak, supaya mereka sebagai seorang peserta didik bisa mencapai kebahagiaan dan suatu kesuksesan yang setinggi tingginya.Pendidikan bisa didapat dari segala sumber dan diperoleh dimanapun. Pendidikan formal di indonesia ada beberapa jenjang yaitu PAUD,TK,SD,SMP,SMA,dan perguruan tinggi.Pendidikan Kesehatan adalah Upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain,individu,kelompok, atau Masyarakat, agar mereka dapat melaksanakan apa yang diharapkan oleh seorang pendidik. Pendidikan kesehatan ada berbagai macam, salah satunya yaitu kesehatan mental. Ruang lingkup kesehatan mental ada tiga yaitu kesehatan mental dalam keluarga, kesehatan mental di sekolah, kesehatan mental di tempat kerja. kesehatan mental di sekolah pada umumnya dipengaruhi oleh lingkungan psikososial keluarga atau lingkungan sekolah.Kesehatan mental di sekolah didasari oleh asumsi yaitu perkembangan kesehatan mental peserta didik karena iklim sosio emosional di sekolah. Hal tersebut perlu di ketahui oleh pimpinan sekolah, para guru, terutama guru bk dalam memahami mental siswa atau peserta didik, karena hal tersebut sangat penting di lakukan agar dapat memahami kesehatan mental seorang peserta didik yang masih belum bisa mengatur atau mengontrol emosianalnya. Pimpinan dan guru dapat menciptakan suatu iklim kehidupan sekolah, baik fisik, emosional, sosial, dan moral spiritual dalam rangka perkembangan kesehatan mental siswa agar optimal. Namun, disisi lain tenaga pendidik dapat juga memantau gejala gangguan mental para peserta didik sejak dini. Dengan pemahaman kesehatan mental peserta didik, maka guru akan dapat memahami dan bisa menangani sendiri masalah yang dialami oleh peserta didik yang membutuhkan penanganan khusus. Sehingga dari penanganan tersebut guru dapat merujuk kepada para ahli yang lebih profesional. Para guru di SMP penting dalam memahami kesehatan mental siswanya yang berada pada transisi. tidak sedikit peserta didik yang mengalami permasalahan dalam mengembangkan mentalnya, karena terhambat oleh masalahmasalahnya. seperti penyesuaian diri, konflik dengan orang tua atau teman, masalah pribadi, masalah akademis , dan masalah lainnya yang bisa menghambat eksplorasi potensi peserta didik, dan bahkan dapat menyebabkan stress (Ardiansyah dkk,2023 :23).

Menurut martina (2021) Pendidikan Kesehatan mempunyai tujuan yaitu mengubah perilaku dari yang awalnya memberikan dampak buruk Kesehatan hingga tingkah laku norma Kesehatan.Kesehatan mental yang baik dapat mempengaruhi kemampuan siswa dalam belajar,

berinteraksi dengan teman-teman, dan menghadapi tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Memahami kesehatan mental dapat membantu dalam memberikan dukungan kepada peserta didik yang mengalami suatu masalah kesehatan mental. Dengan pemahaman tersebut dapat memeberikan dukungan yang lebih efektif. dan dengan pemahaman tentang kesehatan mental membantu peserta didik dalam mengatasi tantangan dan stress dalam hidup mereka dengan lebih. Seorang guru dapat memahami kesehatan mental siswanya, salah satunya yaitu guru dapat mengamati perubahan perilaku, mood, atau kinerja akademik siswa yang mungkin mengindikasikan masalah kesehatan mental, berbicara secara terbuka dengan peserta didik untuk mendengarkan dan memahami perasaan dan masalah yang sedang mereka hadapi, memberikan pengetahuan kepada peserta didik tentang kesehatan mental, stress, dan cara mengatasi tekanan serta cara mengontrol emosional,serta memberikan dukungan dan arahan kepada peserta didik, berkomunikasi dengan orang tua siswa apabila diperlukan untuk membahas perasaan atau masalah kesehatan mental anak mereka karena bisa juga masalah kesehatan mental siswa berawal dari lingkungan keluarga. Guru juga dapat mengarahkan peserta didik untuk merujuk ke para ahli kesehatan mental jika guru sudah tidak bisa mengatasi masalah tersebut. Selain guru orang tua juga harus memahami kesehtan mental anaknya yang dilakukan dengan cara mendorong komunikasi terbuka kepada anaknya, mendengarkan segala keluh kesah anaknya, memahami lebih dalam tentang Kesehatan mental anak serta permasalahan yang mungkin timbul , sehingga orang tua akan merasa lebih siap dalam mendukung anaknya. Menciptakan lingkungan yang aman bebas dari stress dan tuntutan yang berat terhadap anak, selalu mendukung apa yang di sukai anak , membantu anak merasa lebih aman , jika diperlukan orang tua dapat konsultasi dengan seorang ahli professional mengenai Kesehatan mental yang dapat memberikan panduan dan dukungan yangblebih lanjut. Oleh karena itu sangat penting peran orang tua guru dalam memahami Kesehatan mental seorang anak, terlebih anak yang berada dalam lingkup sekolah menengah pertama yang tergolong sebagai remaja yang mungkin belum bisa mengatur atau mengontrol segala emosional dan memecahkan suatu masalah. Sehingga peran kedua orang tua serta guru di sekolah sangat penting dalam memahami Kesehatan mental. (kusumaningtyas dkk, 2023:5).

Emosional siswa merujuk pada keadaan emosional atau perasaan yang dialami oleh siswa dalam konteks pendidikan. Ini mencakup berbagai aspek, seperti perasaan senang, cemas, marah, frustrasi, kebahagiaan, dan sebagainya, yang dapat muncul saat siswa berinteraksi dengan materi pelajaran, teman sebaya, guru, atau situasi di sekolah.Berikut adalah beberapa poin penting dalam penjelasan tentang emosional siswa yaitu dampak emosional pada pembelajaran, emosi siswa dapat berpengaruh pada motivasi dan kualitas pembelajaran mereka. Siswa yang merasa positif dan termotivasi cenderung belajar lebih efektif daripada siswa yang merasa cemas atau frustrasi.Perbedaan individu, setiap siswa memiliki perbedaan dalam cara mereka merespons situasi dan tantangan pendidikan. Beberapa siswa mungkin lebih rentan terhadap emosi tertentu daripada yang lain. Keterlibatan guru dan staf pendidikan memiliki peran penting dalam mendukung emosi positif siswa. Mereka dapat menciptakan lingkungan yang aman, mendengarkan kekhawatiran siswa, dan memberikan dukungan emosional.Kecerdasan emosional, keterampilan kecerdasan emosional, seperti mengenali dan mengelola emosi, adalah keterampilan yang penting untuk diajarkan kepada siswa agar mereka dapat menghadapi tantangan dan konflik dengan baik. Konflik dan resolusi, konflik antara siswa, baik dengan teman sebaya atau guru, dapat menciptakan perasaan marah atau frustrasi. Mengajarkan keterampilan pemecahan konflik dapat membantu mengatasi emosi negatif. Dukungan sosial, bubungan sosial yang positif dengan teman sebaya dan dukungan dari keluarga juga dapat membantu dalam mengelola emosi siswa. Memahami dan mengelola aspek emosional siswa merupakan bagian penting dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung pertumbuhan, pembelajaran, dan kesejahteraan siswa. Faktor emosional siswa dapat sangat bervariasi dan dipengaruhi oleh berbagai hal, termasuk kondisi keluarga karena masalah yang terjadi di dalam keluarga seperti perceraian orang tua dapat mempengaruhi emosional pada anak, teman dan hubungan sosial masalah dengan teman sebaya atau isolasi sosial dapat mempengaruhi emosi siswa, kesehatan mental masalah kesehatan mental seperti kecemasan,

depresi, atau gangguan makan dapat memengaruhi emosi siswa, tuntutan akademik tekanan akademik yang tinggi, ujian, atau tugas yang menumpuk dapat menciptakan stres dan emosi negatif, perubahan lingkungan siswa yang mengalami perubahan lingkungan seperti pindah sekolah atau rumah dapat merasakan stres emosional. Bullying pelecehan atau intimidasi oleh teman sebaya dapat memengaruhi emosi siswa. Penting untuk memahami dan mendukung siswa dalam mengatasi faktor-faktor emosional ini agar mereka dapat berkembang dengan baik secara emosional dan akademik. Pemahaman dan perhatian terhadap emosi siswa adalah kunci untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung perkembangan emosional dan akademik yang sehat. Siswa yang merasa diperhatikan dan didukung dalam mengelola emosi mereka cenderung memiliki pengalaman pendidikan yang lebih positif. Untuk dapat memahami emosional siswa merujuk pada keadaan emosional atau perasaan yang oleh siswa dapat dilakukan dengan berbagai cara komunikasi terbuka Buka saluran komunikasi dengan siswa. Ajak mereka untuk berbicara tentang perasaan dan emosi mereka. Jadilah pendengar yang baik dan beri mereka ruang untuk mengungkapkan diri tanpa takut atau hukuman. Perhatikan perubahan perilaku siswa. Jika mereka tiba-tiba menjadi lebih terpencil, marah, atau kurang antusias, ini bisa menjadi tanda bahwa mereka sedang mengalami masalah emosional. Tunjukkan empati dan dukungan kepada siswa. Yakinkan mereka bahwa Anda peduli tentang kesejahteraan mereka. (Wuwung, 2020: 6-8)

Belajar merupakan usaha yang dilakukan oleh seorang individu dalam mencapai perubahan perilaku, baik dalam beberapa hal, perubahan pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang dihasilkan dari pengalaman berulang. Belajar bukanlah hasil ataupun tujuan, namun belajar merupakan proses perubahan perilaku. Belajar adalah unsur yang sangat penting pada Pendidikan karena berhasil tidaknya dalam mencapai suatu tujuan Pendidikan tergantung pada proses belajar yang dilalui seorang siswa. Belajar mengandung tiga unsur utama antara lain belajar adalah proses perubahan tingkah laku,perubahan tingkah laku yang disebabkan oleh belajar bersifat relatif permanen. Prinsip belajar adalah hal yang kompleks , maka dari itu kita perlu mengetahui prinsip-prinsip belajar supaya peserta didik memperoleh semangat belajar yang bermanfaat untuk dirinya sendiri. Tidak hanya itu, prinsip belajar juga bisa digunakan menjadi pedoman berfikir, pedoman berpegang dan menjadi sumber semangat supaya prosedur belajar dan pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Dalam proses belajar perlu adanya tantangan agar siswa bersemangat dan tertantang untuk mengatasinya. Bahan belajar yang baru, yang banyak mengandung masalah yang dibutuhkan untuk dipecahkan masalahnya. Pelajaran yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk menemukan konsep-konsep,prinsipprinsp, dan generalisasi akan menyebabkan siswa berusaha mencari dan menemukan konsep dan prinsip tersebut. Sebagai contoh yaitu  dari prinsip tantangan ini adalah, melakukan eksperimen, melaksanakan tugas terbimbing maupun mandiri, atau mencari tahu pemecahan suatu masalah.

Sehingga dengan prinsip ini seorang peserta didik akan merasa tertantang dan mampu memecahkan suatu masalah (Bastian dan Reswita, 2019 :6).

Pembelajaran bisa didefinisikan sebagai satu kesatuan yang terbagi menjadi unsur manusiawi, material, fasilitas perlengkapan, dan prosedur yang menciptakan suatu interaksi demi mencapai tujuan pembelajaran. Sistem pembelajaran melibatkan peserta didik, guru, dan tenaga lainnya seperti tenaga laboratorium. Materi pembelajaran mencangkup buku , papan tulis fotografi, slide dan film, rekaman audio dan visual. Fasilitas dan juga perlengakapan pembelajaran meliputi ruang kelas,peralatan audio visual, serta penggunaan komputer. Prosedur pembelajaran meliputi jadwal dan penyampaian pesan informasi,praktik, belajar,ujian,dan sebagainya. Pembelajaran menggambarkan Upaya pendidik dalam mendorong peserta didik pada proses pembelajaran . Ini juga merupakan kegiatan yang dirancang secara terprogram oleh pendidik untuk membuat peserta didik belajar secara aktif,dengan penekanan pada sumber belajar.Menurut undang-undang No.20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 20, pembelajaran merupakan sebuah proses interaksi antara peserta didik, pendidik, dan sumber belajar dalam lingkungan belajar. Sudjana menjelaskan bahwa pembelajaran adalah Upaya sitematis dan sengaja untuk mencipatakan interaksi edukatif antara peserta didik dan pendidik dalam kegiatan pembelajaran. Sementara itu,

crow mendefinisiskan pembelajaran sebagai proses dimana lingkungan individu diatur secara sengaja untuk memumngkinkan partisipasi dalam perilaku tertentu dalam kondisi khusus atau menghasilkan respons terhadap situasi tertentu (Bastian dan Reswita, 2022:11-15).

Metode atau pendekatan adalah serangkaian pola atau tindakan yang terorganisir berdasarkan prinsip-prinsip tertentu ( filosofis,psikologis,pedagogis,dan ekologis) yang diarahkan secara sistematis menuju suatu tujuan yang ingin dicapai. Istilah strategi pembelajaran dapat diartikan secara sistematis menuju suatu tujuan yang ingin dicapai. Istilah strategis pembelajaran dapat diartikan secara Kumpulan perilaku belajar yang didasarkan pada prinsip-prinsip dasar tertentu ( filosofis, psikologis, pedagogis dan ekologis) yang mengadaptasi ,menginspirasi, memperkuat,dan mendukung strategi pembelajaran tertentu. Pendekatan pembelajaran merupakan sekumpulan asumsi yang saling terkait dan terkait dengan karateristik pembelajaran. Pendekatan pembelajaran adalah diajbarkan sebagai perspektif seorang individu terhadap proses pembelajaran. Pendekatan pembelajaran dijabarkan sebagai prespektif seorang individu terhadap proses pembelajaran. Pendekatan pembelajaran merujuk pada pandangan tentang terjadinya suatu proses yang sifatnya maish sangat umu. Oleh karena itu , dapat disimpulkan bahwa pendekatan pembelajaran adalah perspektif atau sudut awal terhadap proses pembelajaran. ( bastian dan Restiwa, 2022:20).

Kolaborasi emosional siswa dengan pendekatan pembelajaran jika pengaruhnya di tinjau dari perkembangan pengelolaan emosional dalam diri seseorang akan memiliki dampak signifikan. Hal itu terjadi karena pengaruh emosional siswa memiliki dampak bagi kesejahteraan dalam dirinya untuk mengatasi permasalahan belajaranya. Mulai dari pengelolaan emosi dalam dirinya untu menghadapi ancaman stress,kecemasan,dan rasa marah dalam dirinya. Hal itu terjadi karena pengaruh pendekatan pembelajaran tadi. Dimana tenaga pendidik menemukan bagaimana seharusnya pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tumbuh kembang peserta didiknya. Mulai dari tenaga pendidik yang memberikan bagaimana pemahaman emosi serta ruang yang memiliki rasa nyaman untuk berekspresi. Sehingga dalam diri peserta didik ia memiliki acuan dalam pengelolaan emosi. Hal itu bisa di lihat dari, pertama dari konsentrasi dan perhatian yang baik dalam proses pembelajaran karena seorang anak ketika sudah menemukan kenyamanan belajar ia akan cenderung mudah untuk fokus sehingga menambah faktor mudahnya seseorang untuk menangkap suatu materi.sehingga ia akan juga akan cenderung lebih mudah dalam menyelesaikan permasalahan belajar yang dihadapi karena faktor tenang dalam dirinya. Ketika orang tenang dan mampu berdamai dengan dirinya ia lebih mudah menyelesaikan sesuatu karena tidak ada rasa gegabah yang menyelimuti. Orang yang gegabah sulit untuk mengidentifikasi pengelolaan analisis masalah secara mendalam. Ia akan cenderung melakukan tindakan yang terlintas pertama di fikirannya. Kedua terlihat dari peningkatan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran. Ia akan cenderung mudah berekspresi untuk menyampaikan pendapat karena ia nyaman di dalamnya. Rasa malu berpendapat akan berkurang karena faktor kenyamanan dan dukungan yang terlibat tadi. Ketika seorang anak sudah mampu meningkatkan keterlibatan dalam proses pembelajaran secara tidak langsung akan meningkatkan kemampuan berkomunikasi dalam dirinya. Kemampuan berkomunikasi sangatlah penting. Bisa jadi seseorang itu memiliki kemampuan berfikir serta memecahkan masalah yang tinggi tetapi masih rendah untuk menyampaikan ataupun menjelaskan suatu masalah. Kemampuan berkomunikasi perlu di latih. Salah satu faktor yang mendukung dan merangsang keterlatihan itu adalah pertama rasa nyaman di lingkungannya untuk berani berbicara maupun berpendapat di lingkungannya. Sehingga kemampuan berpendapat tadi dapat ia kembangkan sendiri di lingkungan luarnya dengan memperhatikan penguatan motivasi dana rah dari tenaga pendidikya. Kemudian ketiga bisa di lihat dari kemampuan peningkatan belajar. Ketika seseorang sudah mulai nyaman dengan apa yang di dapatkan dari lingkungan belajarnya akan merangsang keinginannya untuk belajar lebih dalam lagi. Sehingga pendekatan pembelaran yang dilakukan peserta didik tadi sebenarnya itu menjadi motivasi tersendiri bagi peserta didiknya untuk menentukan bagaimana arah belajar selanjutnya yang sesuai dengan gaya belajarnya. Ketika seorang pendidik peka bagaimana seharusnya pendektan pembelajaran secara tidak langsung tenga pendidik itu akan menerapkan berbagai macam model pembelajaran didalamnya. Dimana berbagai

model pembelajaran yang diterapkan tadi akan di terima oleh peserta didik yang akan cenderung masingmasing ditangkap yang sesaui dengan gaya belajarnya. Dari situ peserta didik akan menemukan gaya belajar yang sesuai dengan dirinya. Ketika seseorang menemukan gaya belajarnya ia akan lebih tau bagaimana mekanisme analisis penyelesaian permasalahan belajarnya. Ia akan cenderung lebih mudah untuk mengetahui langkah yang harus di ambil ketika ia tidak faham akan suatu materi. Secara tidak langsung ketika seseorang menemukan gaya belajarnya akan memancing lebih dirinya untuk belajar lebih yang nantinya akan memiliki dampak terhadap hasil belajarnya. Bahkan bisa jadi hal tersebut menjadikan dirinya untuk mengajari ataupun menyampaikan kepada lingkungannya.

Kolaborasi emosional siswa dengan pendekatan pembelajaran yang berfokus pada perkembangan berpikir dan pemecahan masalah dapat memiliki dampak positif. Ketika siswa merasa diberi ruang untuk berpartisipasi, berdiskusi, dan berkolaborasi dalam pembelajaran, mereka cenderung lebih terlibat secara emosional. Pendekatan ini dapat meningkatkan motivasi siswa untuk belajar, memungkinkan mereka merasa lebih terlibat dalam proses pembelajaran, dan memperkuat keterampilan berpikir kritis serta kemampuan memecahkan masalah. Kolaborasi emosional juga dapat membantu dalam membangun hubungan yang positif antara siswa dan guru, yang dapat menjadi faktor penting dalam pencapaian akademik yang lebih baik. Dalam konteks pendekatan pembelajaran, kolaborasi emosional dapat meningkatkan interaksi positif antar siswa. Ini bisa membantu siswa merasa lebih nyaman dalam mengemukakan ide, mengajukan pertanyaan, dan bekerja sama dalam menyelesaikan masalah. Dengan adanya dukungan emosional dari rekan-rekan sekelas, siswa mungkin lebih termotivasi untuk berpartisipasi dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis. Pentingnya kolaborasi emosional ini terutama terlihat dalam pembelajaran berbasis proyek atau tugas-tugas berorientasi pada pemecahan masalah. Ketika siswa merasa didukung dan terlibat secara emosional dalam proses pembelajaran, mereka cenderung lebih baik dalam mengeksplorasi berbagai solusi dan menghadapi hambatan dalam memecahkan masalah. Kolaborasi emosional siswa dengan pendekatan pembelajaran yang mempertimbangkan perkembangan berfikir dan kemampuan memecahkan masalah mereka dapat sangat berpengaruh pada hasil belajar. Ketika siswa merasa terlibat secara emosional dalam pembelajaran, mereka cenderung lebih termotivasi dan berpartisipasi aktif. Selain itu, pendekatan pembelajaran yang mempromosikan perkembangan berfikir kritis dan kemampuan memecahkan masalah dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan yang penting dalam kehidupan sehari-hari dan di masa depan. Ini dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pertumbuhan holistik siswa. Namun, untuk mencapai kolaborasi emosional yang efektif, penting bagi guru untuk menciptakan lingkungan yang mendukung, memotivasi, dan memahami kebutuhan emosional siswa. Dalam hal ini, pendekatan pembelajaran harus didesain dengan baik agar siswa merasa dihargai, aman, dan dapat berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. (Haryanto, 2020 : 4-6).

Emosional merupakan suatu hal yang berkaitan dengan emosi atau perasaan seseorang. Emosi adalah respons psikologis terhadap stimulus atau peristiwa tertentu, yang mencangkup perasaan, ekspresi emosi, dan keadan emosi individu. Emosional siswa mengacu pada perasaan , respons, dan keadaan emosi yang dialami oleh siswa dalam lingkungan sekolah. Hal tersebut termasuk dalam perasaan kebahagiaan,marah, stress, dan sebagianya yang bisa mempengaruhi perilaku dan kesejahteraan mereka di sekolah. Emosional seorang siswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti tekanan akademik, interaksi sosial, hubungan dengan guru, masalah pribadi, atau pengalaman tertentu di sekolah. Pendidik dan orang tua sering berupaya untuk memahami, mendukung, dan membantu siswa dalam mengelola emosi mereka agar dapat mengembangkan kesejahteraan dan kemapuan belajar yang optimal. Sekolah umumnya penyebab stress akan tugasnya , sehingga siswa membutuhkan lingkungan emosional yang positif dan mendukung Pendidikan mereka. Terciptanya ruang aman lingungan psikologis berarti menangani suatu kebutuhan yang dinamis dalam ekspresi diri dan kebebasan dalam mengekspresikan emosi. Dengan mendukung kebutuhan dan perasaan emosional seorang peserta didik, guru membantu meningkatkan kecerdasan emosional siswa, yang memberikan mereka kepercayaan diri. Guru juga

dapat menciptakan lingkungan belajar dinamis dengan rutinitas yang bisa diandalkan siswa, mendorong keragaman dan pilihan, dan merayakan pencapaian mereka (Sutopo, 2022:6).

Kolaborasi merupakan suatu hubungan yang saling menguntungkan dan sudah terdefinisi dengan baik dan disepakati oleh dua atau lebih orang untuk mencapai tujuan yang sama. Hubungan tersebut mencangkup komitmen dari pengertian hubungan timbal balik dan tujuannya. Kolaborasi adalah proses Kerjasama antara dua atau lebih individu , kelompok, atau entitas dalam mencapai tujuan Bersama atau proyek tertentu. Hal tersebut melibatkan berbagai ide, sumber daya, dan tanggung jawab dalam mencapai hasil yang lebih baik. Kolaborasi dapat terjadi dalam berbagai konteks seperti bisnis, seni , Pendidikan, atau penelitian. Tujuan dari kolaborasi bervariasi, mulai dari meningkatkan efesiensi hingga menciptakan inovasi baru. (Risnah,2022:12). Guru cenderung melakukan pembelajaran individual dan juga penilaian individual terhadap siswa. Pembelajaran kolaborasi harus dikembangkan sejak usia dini . keterampilan kolaborasi harus dikembangkan mulai dari kelas rendah karena siswa pada kelas rendah masih memerlukan proses sosialisasi saat masuk ke SD. Kolaborasi emosional siswa dengan pendekatan pembelajaran yang berfokus pada aspek sosial dapat memiliki dampak positif pada pengalaman belajar mereka. Dalam pendekatan ini , penting untuk memperhatikan beberapa hal yaitu hubungan guru dengan siswa, guru perlu menciptakan lingkungan kelas yang aman dan mendukung dimana siswa merasa nyaman bebrbagai perasaan dan berkolaborasi dengan teman sekelas. Hal ini dapat menungkatkan keterlibatan emosional siswa dalam proses belajar, kolaborasi siswa mendorong siswa untuk bekerja sama dalam suatu kelompok atau proyek kolaboratif yang dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial, seperti komunikasi dan kerja tim. Ini juga berpengaruh pada perasaan emosional positif terhadap pembelajaran, pengakuan emosi , siswa perlu diajak untuk mengenali dan mengungkapkan perasaan mereka terkait materi pembelajaran. Ini dapat membantu mereka memahami diri sendri dan mengatasi rasa frustasi atau kebingungan, menyesuaikan pembelajaran, pendekatan pembelajaran dapat disesuaikan dengan beragam gaya belajar dan kebutuhan emosional siswa. Guru yang peka terhadap perasaan seorang peserta didik dapat merancang pengalaman pembelajaran yang lebih relevan dan juga menarik. Kolaborasi emosional siswa membantu siswa memahami perasaan atau pengalaman satu dengan yang lainnya. Kolaborasi emosional siswa dapat menegmbangkan keterampilan sosial penting seperti kominikasi, negosiasi, dan penyelesaian konflik. Kolaborasi emosional siswa tidak hanya berdampak positif pada kesejahteraan mereka tetapi juga dapat mencipakan lingkungan pembelajaran yang lebih insklusif dan mendukung. Itu juga mempersiapkan siswa dalam berinteraksi dengan orang-orang dari latar belakang yang berbeda dalam Masyarakat umum ( sarah dan witarsa, 2023).

Dalam mengimplementasikan kolaborasi antara keadaan emosional siswa terhadap pendekatan pembelajaran tentunya akan memiliki faktor penghambat di dalamnya. Jika ditinjau dari segi siswanya pertama bisa dilihat dari rasa ketidakpercayaan atau ketakutan dalam dirinya untuk menyampaikan bahkan mengekpresikan suatu permasalahan dalam dirinya. Ia akan cenderung merasa akan diejek dan diklaim jika orang disekitarnya mengerti permasalahan latar belakangnya. Bahkan merasa dirinya tidak pantas berada di lingkungannya. Kedua kurangnya keterampilan sosial, ketika seorang peserta didik banyak yang minim dari kemampuan bersosialisasi akan menjadi salah satu faktor penghambat tenaga untuk menjelankan pendekatan pembelajaran yang diimplementasikan dalam model pembelajaran yang nantinya implementasi model pembelajaran tadi melibatkan interaksi sosial. Sehingga perlu adanya tenaga pendidik yang memberikan arahan dan mengayomi bagaiaman kerja sama di dalamnya. Ketiga bisa dilihat dari tekanan atau rintangan pribadi karena setiap orang memiliki permasalahan hidupnya. Ketika seseorang belum memiliki analaisis penyelesaian masalah kesehatan mental yang tepat dapat membuat sulit fokus dengan pendidikannya. Ia cenderung fokus ke tekanan pribadi tadi karena ketidakmampuannya untuk analis penyelesain masalah yang berkaitan dengan kesehatan mental. Dari permasalahan ini maka di butuhkan seorang tenaga pendidik yang memberikan kenyamanan terutama sifat mengayomi serta motivasi selama proses pembelajarnnya. Sehingga akan memicu peserta didik untuk menyampaikan kendala belajarnya apa,kendala materi yang belum ia fahami apa saja,atau bisa jadi menyampaikan

analisis kendala dari tenaga pendidik terapkan. Sedangkan jika ditinjau dari segi tenaga pendidiknya karena tenaga pendidik adalah pengendali utama dalam proses pembelajaran bisa di lihat dari kurangnya sifat kepekaan dan mengayomi itu dibutuhkan dalam proses pembelajaran karena faktanya tidak semua tenaga pendidik itu memiliki sifat peka yang mampu memposisikan dirinya terhadap keadaan orang lain. Selain itu tidak semua tenaga pendidik faham betul permasalahan yangdihadapi pserta didiknya karena seiring berkembangnya zaman akan terjadi perbedaan masalah dalam pembelajaranSehingga yang menyebabkan peserta didik sulit menemukan kenyamanan belajar di tempat belajarnya karena dari sisi tenaga pendidik tidak memfasilitasi kendala-kendala yang dihadapi peserta ddiiknya. Kedua terjad karena kurangnya fasilitas sarana dan prasarana tempat mengajar serta kurangnya tingkat kreatifitas tenaga pendidik. Bisa jadi seorang tenaga pendidik sudah mampu dan memiliki sifat mengayomi yang tinggi tetapi jika tidak didukung dengan kreatifitas penyampaian materi pembelajaran dapat menghambat transfer ilmu kepada peserta didik menjadi minim. Kekreatifan tenga pendidik dalam menyampaikan materi juga menjadi pemicu utama untuk tercapainya tuntutan pembelajaran.

## Kesimpulan dan Saran

Kolaborasi emosional siswa memiliki pengaruh positif terhadap pendekatan pembelajaran yang digunakan untuk meningkatkan pendidikan kesehatan mental. Dengan bekerja sama dalam lingkungan yang mendukung ekspresi emosi dan interaksi antar siswa, pendekatan pembelajaran dapat menjadi lebih efektif dalam membantu siswa memahami dan mengelola kesehatan mental mereka. Hasil analisis ini menunjukkan pentingnya memperhatikan aspek emosional dalam proses pendidikan kesehatan mental. Hal ini terjadi karena faktor keberhasilan belajar adalah peserta didik nyaman dengan belajarnya. Sedangkan kenyamanan dalam belajar tumbuh dari seorang tenaga pendidik yang mengayomi yang mengerti bahkan peka bagaimana latar belakang peserta didiknya sehingga ia mampu memilah dan memilih tindakan yang seharusnya dilakukan untuk kenyamanan belajar itu tercapai dengan kembali lagi adalah tenaga pendidika adalah seorang pembimbing bukan penuntut.

## Daftar Pustaka

Ardiansyah.S.,I.Tribakti.,Suprapto.,Yunike.,I.Febriani.,E.Saripah.,G.B.Kuntoadi.,Zakiyah.,I.Kusumawaty.,M.Rahayu.,E.S.Putra.,H.Kurnia.,S.Narulita.,T.Juwariyah.,M.akhriyansyah.2023.*Kesehatan Mental*.Padang:PT Global Eksekutif Teknologi.

Bastian.A.,Reswita.2022.*Model Dan Pendekatan Pembelajaran*.Indramayu:Cv Adanu Abima.

Fitriani. 2023. *Tenaga Pendidik Menurut Perspektif Islam*. Sukabumi : CV Jejak.

Haryanto. 2020. *Evaluasi Pembelajaran (Konsep dan Manajemen).* Yogyakarta. UNY Press.

Kusumaningtyas.K.,D.W.W.Sulistyowati.,A.Islamiah.2023.*Pendidikan Kesehatan Berbasis Metode Konseling Dalam Pencegahan Anemia*.Pekalongan: NEM.

Qurtubi.A., Andi.R.K., Farida.I., Syarif.H., Aminah., Andi,Z.L., Nuraini.H., Ahmad.S., Ryan.H.R., Herlina., Amirudin., Andi.A.A., dan Rusdin.D. 2023. *Sosiologi Pendidikan*. Cirebon : Lovrinz Publishing

Rahmat.P.S. 2018. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta Timur : PT Bumi Aksara

Sarah.T.,R.Witarsa.Pengaruh Pembelajaran Kolaborasi Terhadap Keterampilan Menirukan Gerak Hewan Pada Siswa Sekolah Dasar.*Journal Of Education Research.4*(1):226-233.

Sutopo.A.H.2022.*Analisis Kualitatif Dengan Nvivo Open-ended Survey Literasi Dasar*. Tanggerang:Topozart.

Wuwung. O. C. 2020. *Strategi Pembelajaran dan Kecerdasan Emosional*. Surabaya. Scopindo.